

6
oct.



**JOURNÉE
NATIONALE**
des
aidant.es

de 14h à 18h
Salle du Sénéchal
17 rue de Rémusat

**COMMENT SOUTENIR
UN PROCHE ?**

Théâtre/débat
Forum & ateliers

RETRAITE COMPLÉMENTAIRE
agirc - arrco



DOMAINE DE LA
CADÈNE

Association Notre-Dame de Joie



Aimer Vivre à Toulouse

MAIRIE DE  **TOULOUSE**

**Un de vos proches est en perte d'autonomie ?
Vous l'accompagnez dans son quotidien ?
Vous aimeriez être soutenu dans cette démarche ?**

Le rôle d'aidant, loin d'être librement choisi, est un engagement souvent difficile, parfois épuisant.

Pour vous soutenir dans cet accompagnement et vous aider à rester bienveillant avec votre proche et avec vous-même, la Mairie de Toulouse, l'Agirc-Arrco et la Plateforme d'Accompagnement et de Répit « des aidants » du Domaine de la Cadène, vous donnent rendez-vous le :

Vendredi 6 octobre à partir de 14h00
Espace seniors du Sénéchal
17 rue de Rémusat
à l'occasion de la Journée Nationale
des Aidant.es



14h00 : accueil des publics

Afin que les aidants puissent assister librement aux animations, un accueil des aidés est assuré par l'équipe du Domaine de la Cadène.

Cette possibilité d'accueil des proches aidés nécessite une inscription préalable (jusqu'au mardi 3 octobre) auprès de l'équipe de la plateforme d'accompagnement et de répit des aidants :

par email : plateforme@lacadene.fr

par téléphone : 05 34 40 43 70

Les aidés seront ainsi accueillis toute l'après-midi, si besoin, sur site dans la salle Atelier pendant que les aidants, invités à la représentation théâtrale, seront dirigés dans la salle de conférence du Sénéchal.

14h30-15h30 : représentation théâtrale

« Marche ou rêve » de/et avec Béatrice Amiel dans le rôle d'une fille amenée à s'occuper de sa mère fragilisée.

La mère d'Aster est une femme forte exerçant un métier d'homme dans les années 70. Quand elle commence à décliner, Aster l'accompagne dans un parcours semé d'embûches et de péripéties rocambolesques. Elle doit faire preuve de bravoure, d'imagination et d'une certaine dose d'humour :

+ d'infos : <http://www.lefondetlaforme82.fr/>

15h30-16h30 : débat organisé à la fin de la représentation avec le public

15h30-18h00 : professionnels à l'écoute

Seront à votre écoute et à disposition pour répondre à vos questions : le Comité Action Sociale Agirc Arrco • la Plateforme de Répit et d'Accompagnement de la Cadène • Le Point Info Seniors de la Mairie de Toulouse • La Maison des Solidarités du centre • La Bulle d'air • Le Pôle Maladies Neurodégénératives Occitanie (MND) • L'association Service Civique Solidarité Seniors (SC2S) • L'UDAF • La CARSAT • France Alzheimer 31 • France Parkinson 31 • L'association Auprès du chêne argenté, etc.

16h30-18h00 : sophrologie et réflexologie

Ateliers à destination des aidants. Pour encourager les aidants à prendre soin d'eux, des ateliers de 30 minutes sont proposés (sans inscription) pour apprendre à se détendre en quelques minutes.

Pour tout renseignement :

